FUNDADO EL 29 DE AGOSTO DE 1937

EL HERALDO

El Diario del Maule Sur

LINARES JUEVES 20 DE FEBRERO DE 2025 AÑO LXXXVII N° 29.868

CONSEJERO ALAMIRO GARRIDO POR CASO CORFO DICE QUE RESPONSABLES DEBERÍAN RENUNCIAR

Pag.4



Por delitos de violación y violación reiterada, desaforado Diputado Pulgar a prisión preventiva



Pág.11

ROTARY EFECTUÓ TRADICIONAL HOMENAJE A LA PRENSA LOCAL

Pág.6



Definida la parrilla del Festival del Río Cauquenes 2025



Pág.5

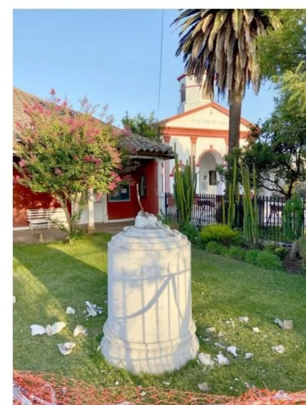
Autoridades insisten en llamado a la prevención de incendios forestales



Pág.7

VANDALIZAN Y DESTROZAN ESTATUA EN PARROQUIA DE VILLA ALEGRE

Pág.7



issuu-downloader.com

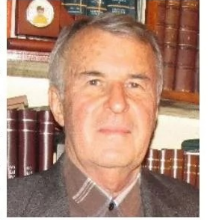
VANDALIZAN Y DESTRUYEN LA ESTATUA EL NIÑO DE LA ESPINA UBICADA FRENTE A LAS CASAS PARROQUIALES DE VILLA ALEGRE



COPIA EFECTUADA SIMILAR A LA DESTRUIDA EN LA PARROQUIA DE VILLA ALEGRE



IMAGEN ORGINAL UBICADA EN EL VATICANO



Jaime González Colville
Academia Chilena de la Historia

El Niño de la espina, Spinario o Fedele es una estatua de bronce helenística, datada alrededor del siglo I a. C., que se exhibe en los Museos Capitolinos de Roma. Representa a un muchacho sentado mientras se quita una espina de la planta del pie izquierdo. Existen varias versiones de ella y su Segùn los datos del historiador y académico Jaime Gonzàlez Colville, autor de la Historia de Villa Alegre, a la parroquia de Villa Alegre fue donada por la familia del Campo, por gestión de doña Elisa del Campo en 1930, al repararse el templo tras el terremoto de 1928. Su copia fue hecha con autorización del Nuncio Apostólico en Chile y la confección fu supervisada por el destacado escultor Virginio Arias, quien recién regresaba de una beca en Europa.

La bendición fue hecha, junto con las obras del templo, por el Obispo de Linares, Monseñor Miguel León Prado.

Su destrucción es un atentado al patrimonio de la comuna y la Región y su valor es incalculable dadas las razones expuestas.

Día de La Justicia Social: Más allá de la emergencia



Por Mauricio Zorondo, Jefe Social Territorial de Hogar de Cristo.

Hasta ahora este incipiente 2025 nos ha tratado con gentileza. A diferencia de años anteriores, no hemos tenido un terremoto que nos deje en el suelo, un aluvión que arrastre enseres y esperanzas ni un megaincendio que nos deje respirando cenizas. “Vamos bien”, dirán los optimistas. Pero Chile nunca se queda quieto.

En febrero, mes de incendios, La Araucanía sigue ardiendo. Siete focos activos, uno en Galvarino, que lleva casi dos semanas devorando lo poco que tenían quienes vivían ahí. En Los Ríos, la superficie quemada ha aumentado un 156%. ¿Sorpresa? Ninguna. Mientras en Santiago la noticia de la temporada es la ola de calor, en las regiones del sur (incluida La Patagonia argentina), el fuego sigue haciendo lo suyo.

La justicia social también tiene su geolocalización.

La Asamblea General de la ONU estableció el 20 de febrero como el Día Mundial de la Justicia Social en 2007. La idea era visibilizar que el desarrollo, la paz y la equidad son claves para el bienestar de los pueblos y que erradicar la pobreza es una meta urgente. Pero la gran pregunta es: ¿Cómo logramos que un día al año mantenga viva la fuerza para cambiar la historia los 364 restantes?

Si algo nos enseñan los desastres naturales es que la pobreza y la exclusión no necesitan terremotos ni incendios para doler. Afectan todos los días, solo que cuando la naturaleza golpea, lo hace con un poco más de pirotecnia. La respuesta oficial es siempre la misma: bonos, visitas de autoridades, campañas solidarias. Y claro, viviendas de emergencia que terminan siendo definitivas. Porque en Chile, la emergencia nunca es temporal para los más pobres.

Alberto Hurtado lo dijo hace 80 años: “Hay en Chile dos mundos demasiado distantes: el de los que sufren y el de los que gozan, y es deber nuestro recordar que somos hermanos y que en toda verdadera familia la paz y los sufrimientos son comunes”. Fundó el Hogar de Cristo con esa idea clara: no es caridad lo que nos toca hacer, es justicia.

Y aún así, hoy seguimos viviendo en ese Chile dividido. En uno, prima el Estado de derecho. En el otro, no hay Estado ni derechos.

Hoy, estamos en ese intervalo en que el país parece respirar tranquilo, entre un desastre “natural” y el siguiente. Quizás por eso, quienes vivimos en regiones aprendimos a sobrevivir a fuerza de costumbre. Pero la costumbre no es estrategia. No debería serlo. Y mucho menos cuando hablamos de justicia social en Chile.



Yamil Najle Alee
Empresa Periodística
El Heraldo E.I.R.L.

DIRECTOR
MIGUEL ANGEL VENEGAS SALGADO
REPRESENTANTE LEGAL
YAMIL NAJLE ALEE

OFICINAS:
LINARES: YUMBEL 658
CORREO ELECTRONICO
Diarioheraldo.linares@gmail.com
www.diarioelheraldo.cl
publicidad.elheraldo@gmail.com

issuu-downloader.com

EDITORIAL

La prensa local por estos días

En tiempos de desinformación, noticias falsas y el predominio de grandes corporaciones mediáticas, la prensa local sigue desempeñando un papel fundamental en la sociedad. Aunque muchas veces eclipsada por los medios nacionales e internacionales, su labor es insustituible cuando se trata de informar sobre lo que sucede en las comunidades.

Uno de los valores más importantes de la prensa local es su cercanía con la comunidad. Mientras los grandes medios se centran en asuntos globales y nacionales, los periódicos, radios y portales digitales locales abordan temas que afectan directamente a los ciudadanos. Desde la cobertura de problemas municipales hasta historias de vecinos, emprendimientos y actividades culturales, estos medios brindan un servicio esencial para la vida cotidiana.

Otro aspecto relevante es su papel en la identidad y cohesión social. La prensa local no solo informa, sino que también fortalece el sentido de pertenencia, al visibilizar las tradiciones, logros y desafíos de una comunidad. En un mundo cada vez más globalizado, mantener el vínculo con lo local se vuelve fundamental para la preservación de la cultura y la memoria colectiva.

Sin embargo, la prensa local enfrenta grandes desafíos. La digitalización ha llevado a una crisis en los modelos de financiamiento tradicionales, con la caída de la publicidad impresa y la dificultad de sostener redacciones con recursos limitados. A esto se suma la competencia con plataformas digitales y redes sociales, que muchas veces distribuyen información sin el rigor periodístico necesario.

Es fundamental que la sociedad valore y apoye a la prensa local, ya sea mediante suscripciones, publicidad o simplemente consumiendo y compartiendo sus contenidos. Sin estos medios, la democracia y el derecho a la información se ven debilitados. La prensa local no solo es testigo de la historia de nuestras comunidades, sino que también es un actor activo en su desarrollo y bienestar.

Millonaria inversión en establecimientos educacionales municipalizados realizó San Javier para este año escolar 2025

El alcalde Jorge Silva Sepúlveda, junto al personal del Departamento de Administración de la Educación Municipal (#DAEM), llevó a cabo una visita inspectiva a las obras de adecuación del internado del Liceo Bicentenario Manuel Montt. Estas obras incluyen la habilitación de un comedor-cocina, intervención de servicios higiénicos, instalación de nuevos artefactos sanitarios, y la creación de tabiques divisorios para separar los recintos, entre otras mejoras.

El recorrido también incluyó la visita al nuevo Centro de Educación Integral para Adultos (CEIA), ubicado en la calle Eleuterio Ramírez entre Esmeralda y Cienfuegos. Este centro cuenta con cuatro salas de clases, una sala multitaller, comedor, cocina, servicios higiénicos y área administrativa.

Además, se inspeccionaron las obras de conservación realizadas en la Escuela Irene Morales de Carrizal. Estas obras incluyeron el cambio de pisos, revestimientos interiores y exteriores, renovación de mobiliario para salas de clases y administrativas, mejoramiento de la multicancha, instalación de un área de juegos modulares, adecuación del área preescolar, y la mejora de los cierres perimetrales interiores y exteriores. También se incorporaron paneles solares y generadores eléctricos, garantizando la accesibilidad universal en todo el recinto.

"Invertir en la educación municipalizada es muy importante, ya que le entregamos seguridad y confort a nuestra comunidad escolar. Sabemos que esto es fundamental para mejorar los resultados. Queremos darle las mismas oportunidades a los estudiantes de las escuelas urbanas y rurales de nuestra comuna", destacó el alcalde Jorge Silva Sepúlveda.

Estas mejoras y trabajos de conservación se suman a los realizados en la Escuela Mariano Latorre de Huerta de Maule, donde los alumnos disfrutarán de una moderna infraestructura renovada, conforme a la normativa del Ministerio de Educación.



Teléfonos de Urgencia

Ambulancia	*131*
Bomberos	*132*
Carabineros	*133*
Investigaciones	*134*
Informaciones sobre carreteras	*139*

Santoral

Hoy

ELEUTERIO

HACE 30 AÑOS

El Heraldo 20 de Febero de 1995

RED SISMOLÓGICA PARA CHILE

La Universidad de Chile, el Estado y privados crearán una moderna red sismológica en nuestro país. Cerca de tres millones de dólares sería el costo de esta iniciativa, que está destinada a dotar de nuevos instrumentos al Servicio Sismológico de la Universidad de Chile. A través de esta red, se podrán establecer respuestas eficientes a las necesidades de organismos del Estado y particulares que pretendan paliar los efectos de un sismo de gran intensidad, además de que permitirá realizar monitoreos y cuantificar la actividad sísmica.

EN ETAPA FINAL TRABAJOS PARA FERIA NACIONAL DE ARTESANÍA

Con toda celeridad se está trabajando en el recinto de la Alameda Valentín Letelier para dejar instalada la infraestructura de la próxima Feria Nacional de Artesanía que se efectuará entre el 24 de febrero y el 5 de marzo. De acuerdo con lo manifestado por la Conservadora del Museo de Arte y Artesanía de Linares, Paz Olea Carrillo, los trabajos están en su fase final e incluso podrían estar terminados este fin de semana. Paz Olea dijo que en el recinto se ubicarán más de 60 stands de iguales dimensiones para recibir a los artesanos provenientes del país y el extranjero.

HACE 60 AÑOS

El Heraldo 20 de Febrero de 1965

LEGISLACIÓN CONTRA LA PRENSA

El nuevo aniversario de la fundación del primer diario chileno, consagrado como el Día de la Prensa, celebrado el sábado, encuentra a los diarios del país castigados por la voluntad parlamentaria, que no cesa de legislar para quitarle sus recursos legítimos. Y esto ocurre en Chile en los mismos días en que el Gobierno y el Parlamentario uruguayo legislan en sentido diametralmente opuesto al Parlamentario chileno: libera a la prensa de impuestos y tributo en el interior y, en lo que hace a las importaciones, las reduce a niveles compatibles con la industria.

APOYO ECONÓMICO AL LÍSTER ROSSEL

Cuando se realizó el Cabildo Abierto en el Teatro Municipal de Linares, para encontrar soluciones económicas al Líster Rossel, muchas esperanzas fueron cifradas en la comprensión de los candidatos a parlamentarios. Infelizmente para el Club y para la numerosa hinchada esas esperanzas fueron defraudadas por el silencio de casi la totalidad de los candidatos. Por eso mismo la determinación, la actitud de Jorge Ibáñez Vergara, tuvo el mérito de ser el estímulo para que se prosiguiera reclamando el cumplimiento de las promesas.

issuu-downloader.com

Alamiro Garrido: “Este manotazo fiscal es una vergüenza y quienes lo permitieron deberían dejar sus cargos”

Declaración del Consejero Regional del Maule, Alamiro Garrido

Lo ocurrido con Corfo y la transferencia de más de 3,4 billones de pesos al Gobierno no es solo una mala decisión administrativa, es un verdadero manotazo fiscal, ejecutado con total falta de transparencia y sin rendición de cuentas.

Este dinero, que debía fortalecer sectores clave como la inversión productiva, la innovación y el desarrollo regional, fue desviado sin discusión pública, sin informes claros y sin control. Nos dicen que fue destinado a salud, vivienda y seguridad, pero ¿dónde están los proyectos concretos? ¿Dónde está el desglose de gastos? ¿Dónde están los resultados?

Lo más grave es que este golpe a Corfo no solo reduce su capacidad de inversión futura, sino que deja en evidencia una falla estructural del sistema: ¿quién controla estos movimientos? La Dirección de Presupuestos (DIPRES), el Ministerio de Hacienda y la Contraloría General de la República tenían la obligación de fiscalizar y evitar una transferencia de esta magnitud sin la debida transparencia. ¿Dónde estuvieron? ¿Quién les está pidiendo cuentas?

Es inaceptable que siempre nos enteremos de estos hechos cuando ya están consumados, a través de reportajes periodísticos y no por un verdadero control institucional. En cualquier país serio, o incluso en el sector privado, quienes ejecutan operaciones financieras sin justificación clara pierden sus cargos de inmediato. Pero en este Gobierno, la estrategia parece ser esconder la información y esperar que el tiempo haga olvidar el tema.

Hoy en la importancia de la descentralización y en la necesidad de destinar recursos a proyectos estratégicos para las regiones como el caso de nuestra región y que personalmente he indicado con fuerza como Puerto, Aeropuerto, potenciar corredor interoceánico, macroferia. En el Maule, he solicitado impulsar estudios de prefactibilidad para un puerto en Constitución, un aeropuerto en Villalegre y una macroferia en Linares, además de exigir apoyo para la agricultura, que es el motor económico de la zona. Mientras tanto, vemos cómo el Gobierno mueve miles de millones sin claridad ni control, mientras nuestras regiones siguen esperando.



Este no es un caso aislado, es el reflejo de una gestión improvisada y opaca. Exigimos que se transparenten estas operaciones, que se rindan cuentas y que quienes permitieron esta vergüenza den un paso al costado. Chile no puede seguir siendo gobernado con esta falta de responsabilidad y sin respeto por los recursos de todos los chilenos.

Mientras la oposición saca a Bachelet al pizarrón, Bitar advierte: “No es un proyecto de futuro”

Tras su ascenso en las encuestas, la derecha impugna su legado y el resultado de reformas controvertidas como la tributaria, la desmunicipalización y el fin del sistema binominal. Los cuestionamientos de ajenos y propios “no son un buen presagio”, advierte el senador socialista Juan Luis Castro.



Aunque no es candidata, la eventual tercera aventura presidencial de Michelle Bachelet (Partido Socialista) se ha convertido en el tema principal de la campaña para los comicios de noviembre próximo.

Varios dirigentes de oposición ya están sacando al pizarrón a la dos veces Mandataria (2006-2010 y 2014-2018) tras su ascenso en las encuestas, y piden respuesta por el legado y reformas controvertidas de sus anteriores gobiernos, como la tributaria, la desmunicipalización de la educación y el fin del sistema binominal.

“Al igual que en seguridad, inmigración y economía, la gestión de la doctora Bachelet fue un desastre en materia de salud y si se convierte en candidata, va a tener que dar explicaciones por el grave daño que su gobierno le hizo a Chile. La estamos esperando”, advirtió José Antonio Kast, candidato del Partido Republicano, en X.

A propósito de la decisión de la Corte Interamericana de Derechos Humanos (Corte IDH) de condenar a Chile por abusos y muertes en los centros de detención de adolescentes, el abanderado reflexionó en la misma red social: “¿Qué dirá Michelle Bachelet sobre las violaciones a los derechos humanos ocurridas en los centros del Sename durante su gobierno? ¿Seguirá diciendo ‘paso’?”.

Por su parte, en entrevista con El Diario de Cooperativa, la jefa de bancada y vicepresidenta de Renovación Nacional (RN), la diputada Ximena Ossandón, dijo que Bachelet tendrá que “defender un legado que no fue bueno” y “es bastante menos competitiva” que en la recordada elección de 2013, cuando se impuso ante la actual candidata presidencial de Chile Vamos, Evelyn Matthei (UDI).

Grau defendió traspasos del Corfo al Tesoro Público: “Irresponsabilidad fiscal no ha habido”

El ministro de Economía, Nicolás Grau, defendió este miércoles los traspasos extraordinarios que solicitó Hacienda a la Corporación de Fomento de la Producción (Corfo) en 2023 por 3,4 billones (millones de millones) de pesos, afirmando que no hubo irresponsabilidad fiscal, ya que se cumplió con el gasto y las metas fiscales del país en ese año.

Según reveló un reportaje de The Clinic, la cartera que encabeza el ministro Mario Marcel requirió seis transferencias que sumaron un total de 3.426.693.555.220 pesos, equivalentes al 4,5% del entonces Presupuesto anual.

Una parte de esos recursos provino de los excedentes generados por la explotación del litio, gracias a los contratos por la explotación del Salar de Atacama, pero en noviembre de 2023 el Ejecutivo pidió un nuevo traspaso por 1.500 millones de dólares, que se consiguieron con la venta de activos financieros de Corfo.

En las actas de la corporación revisadas por el mencionado medio consta que el ministro de Hacienda argumentó que los recursos eran necesarios porque estaba “copado el nivel de endeudamiento” de ese año y, por ello, “no es posible sostener la caja a través de la emisión de deuda”.

El vicepresidente ejecutivo de Corfo, José Miguel Benavente, se abstuvo de aprobar ese traspaso argumentando que su deber era resguardar el patrimonio de la corporación.

Desde la UDI y el Partido Republicano anunciaron -por separado- que solicitarán crear una comisión investigadora por lo que el reportaje calificó como “desconocidos traspasos de Corfo al Gobierno” y que abrió un nuevo flanco a Marcel y la directora de Presupuestos, Javiera Martínez, ya cuestionados por la oposición a raíz del incumplimiento de las proyecciones de recaudación fiscal y otros desajustes.



issuu-downloader.com

Joe Vasconcellos en la Semana Parralina 2025 con un show de clásicos

El gran cantautor chileno estará este viernes 21 en "Vive - Semana Parralina" que se realizará desde el jueves en la Plaza de Armas de la comuna. Joe Vasconcellos llegará con su espectáculo de éxitos y se prepara para celebrar los 30 años de su clásico disco 'Toque' en la próxima edición de Lollapalooza.

Desde su regreso a Chile a principios de los años '90 que el músico nacional mantiene intacta su actividad en vivo con shows a lo largo del país entre fiestas costumbristas, festivales temáticos, aniversarios municipales y conciertos propios consolidado como un artista popular y transversal por esencia. Con una agenda permanente de presentaciones durante el año y una abultada actividad veraniega como uno de los artistas nacionales más consolidados de Chile. Y entre otros compromisos por anunciar este viernes 21 en la Plaza de Armas de Parral como parte de la fiesta "Vive - Semana Parralina" que se realizará del 18 al 22 de febrero (entrada liberada).

Autor de grandes himnos como 'Hijo del Sol Luminoso','Mágico' o 'Huellas' entre tantas otras populares canciones que marcaron la década del '90 y que han trascendido intactas conquistando a nuevas generaciones de público y también como referencia para otras bandas y cantautores. Temas festivos dotados de variedad rítmica y una inteligente alegría, varios éxitos acreditados en el cancionero chileno como 'Preemergencia', 'La funa', las acústicas 'Ciudad traicionera' y 'Volante o maleta' o su versión del bolero 'La joya del pacífico' hasta éxitos más recientes como 'Ser feliz' que son parte de su contundente espectáculo en vivo.



A principio de la década '80 Joe formó parte del grupo Congreso y fue la voz en dos de sus discos ('Viaje por la cresta del mundo' y 'He llegado carta') para después viajar por otros continentes como músico de sesión para destacados artistas (María Creuza, Luizão Maia, Geraldo Azevedo, Zizi Possi) y producir en Brasil su primer disco solista 'Esto es sólo una canción' (1989) y a principios de los años '90 en su retorno a Chile el álbum 'Verde cerca' (1992).

Tres décadas después Joe Vasconcellos, reconocido con el Premio a la Música Nacional Presidente de la República 2023, es uno de los músicos más exitosos, admirados e influyentes en la música chilena.

Autoridades de Agricultura, CONAF y Segegob entregan recomendaciones para prevenir incendios forestales

Con el mensaje "Prevenir un incendio es más fácil que combatirlo", la subsecretaria de Agricultura, Ignacia Fernández, junto a la ministra (s) general de Gobierno, Nicole Cardoch, el director Metropolitano de la CONAF, Rodrigo Illesca, el alcalde de la comuna de Estación Central, Felipe Muñoz y la seremi de Agricultura de la región Metropolitana, Montserrat Candia, realizaron hoy una actividad informativa en el terminal de buses Alameda, donde entregaron consejos de prevención de incendios forestales a quienes iniciarán sus vacaciones de verano.

Durante la actividad, las autoridades acompañadas del popular Forestín, distribuyeron un manual con buenas prácticas para prevenir incendios forestales a turistas que salen de la región Metropolitana para ser adoptadas en sus vacaciones, con el objeto de incentivar a la prevención, a la responsabilidad y motivar a la población a tener una conducta preventiva que eviten estos siniestros.

En el lugar, la subsecretaria Fernández señaló que "es importante recordarle a la ciudadanía cuáles son las medidas que pueden adoptar para ayudarnos a prevenir la ocurrencia de incendios durante el verano. Como ministerio hemos fortalecido la configuración actual del Programa de Protección contra Incendios Forestales de este periodo, para elevar los estándares de selección de brigadistas, prevención y mitigación. En ese sentido, el presupuesto asignado para esta temporada fue de 156 mil millones de pesos, una cifra que fortalece el número de brigadas entre las regiones de Atacama y Magallanes, así como también los recursos aéreos y terrestres".

La ministra (s) Secretaria General de Gobierno, Nicole Cardoch, en tanto, recordó que "en Chile el 99,7% de los incendios forestales son causados por las personas, ya sea por acciones negligentes o irresponsable, por eso queremos informar a la ciudadanía sobre las medidas de cuidado, prevención y responsabilidad que deben tener estas vacaciones".

Por su parte, el director Metropolitano de la CONAF, Rodrigo Illesca, detalló que, a la fecha, "a nivel nacional, hay una ocurrencia de más de 4 mil incendios forestales, afectando sobre 51 mil hectáreas; es por eso que insistimos en no hacer uso del fuego en lugares no habilitados, no arrojar fósforos ni colillas de cigarros, no quemar basura, no utilizar herramientas que generen chispas y si ves humo o cualquier indicio de un incendio llama de inmediato al 130 de CONAF. Debemos recordar a la población que, si son testigos de este delito, deben denunciar y que quien provoque un incendio arriesga una pena de hasta 20 años de cárcel y multas que pueden alcanzar los 10 millones de pesos. Prevenir un incendio forestal es tarea de todas y de todos".

El gobierno ha destinado un presupuesto histórico, que junto al aporte del sector privado alcanza los $300 mil millones para enfrentar los incendios forestales. Este esfuerzo se ha complementado con el despliegue de 311 brigadas con 3 mil brigadistas de CONAF y una flota récord de 77 aeronaves, incluyendo dos aviones tanqueros de alta capacidad y un nuevo helicóptero Chinook capaz de transportar hasta 10 toneladas de agua.

Definida la parrilla del Festival del Río Cauquenes 2025

En sesión extraordinaria, el Concejo Municipal de Cauquenes aprobó la adjudicación de la productora encargada de organizar el Festival del Río 2025, evento que se realizará el 28 de febrero y el 1 de marzo. Con ello, quedó confirmada la parrilla de artistas y animadores que darán vida a esta nueva edición.

El viernes 28 de febrero, Karla Constant y Víctor Gutiérrez serán los encargados de la animación. En el escenario se presentarán la cantante nacional Camila Gallardo, la banda tributo The Johns y la cumbia de la Agrupación Marilyn.

El sábado 1 de marzo, Emilia Dides acompañará a Víctor Gutiérrez en la conducción. La jornada contará con la presentación de la destacada artista Myriam Hernández, el cantante Charly Velozo y el show humorístico de Cebolla y Bodoque. Además, el músico urbano Martín White será parte de la programación.

El festival incluirá una competencia de 10 canciones inéditas, evaluadas por un jurado compuesto por José Luis Bibbó, Fabiola Rodríguez (integrante de Harper Dúo) y Charly Velozo.

Con esta selección, el Festival del Río Cauquenes 2025 promete una parrilla variada que combinará música, humor y talento emergente en dos noches de espectáculos para la comunidad.



issuu-downloader.com

Rotary Club de Linares resaltó el Día de la Prensa

- La institución rotaria ofreció una cena de camaradería a representantes de diversos medios de comunicación.

En su habitual sesión de los martes, en el Club de La Unión, el Rotary Club de Linares ofreció una cena de camaradería a representantes de diversos medios de comunicación, resaltando la reciente celebración del Día Nacional de la Prensa en Chile que se recuerda cada año el 13 de febrero, conmemorando el surgimiento de un medio que ha sido esencial para la formación de la opinión pública y el fortalecimiento de la democracia.

Esta fecha fue instaurada para recordar la publicación del primer periódico chileno, "La Aurora de Chile", que marcó el inicio del periodismo en el país en 1812.

En la ocasión, el presidente de Rotary Club de Linares, Gustavo Gallegos Bravo, destacó diversas reflexiones en torno a la prensa y su rol actual en la sociedad.

Del mismo modo, el homenaje fue ofrecido por el socio rotario Rodrigo Serrano, quien destacó la relevancia y evolución de la prensa, desde la creación del primer periódico hasta el aporte de los diferentes medios tradicionales de comunicación como Diarios, Radios, Diarios y Canales de Televisión, mencionando también la existencia de los medios digitales, y haciendo hincapié en la vigencia que han tenido históricamente el Diario La Mañana de Talca, y actualmente La Prensa de Curicó y El Heraldo de Linares.



Hubo coincidencia en que ante la nueva realidad de la comunicación, con el evidente peligro de las fake news, es cuando se hace más necesario el periodismo serio y de calidad.

Por su parte, los representantes de medios de comunicación locales reafirmaron su compromiso con la ética en el contexto del derecho social a la información, agradeciendo a la institución rotaria que a través de los años ha puesto en valor el rol de la prensa local.







issuu-downloader.com

Autoridades insisten en llamado a la prevención de incendios forestales

Tras una Mesa Técnica en Senapred, encabezada por el delegado presidencial regional, Humberto Aqueveque Díaz, junto al jefe de la Defensa Nacional, general Eduardo Candia, se realizó un positivo balance de las coordinaciones y medidas adoptadas durante el Estado de Emergencia en el Maule.

Luego de una Mesa Técnica realizada en el Servicio Nacional de Prevención y Respuesta ante Desas-tres (Senapred), encabezada por el delegado presidencial regional, Humberto Aqueveque, junto al jefe de la Defensa Nacional, general Eduardo Candia, entre otras autoridades, se realizó un positivo balance de las medidas preventivas para evitar incendios forestales.

En la reunión, se evaluaron las condiciones climáticas, coordinaciones y medidas en los 10 días de Estado de Emergencia.

"Evaluamos cada uno de los procedimientos y acciones tomadas no sólo durante estos 10 días, sino que de toda la temporada de incendios forestales para determinar las mejoras continuas y nudos críticos que se puedan resolver y luego también prepararnos para la temporada de invierno y la si-guiente temporada de incendios", destacó el delegado Aqueveque.

En ese sentido, el general Eduardo Candia, jefe de la Defensa Nacional durante el Estado de Emer-gencia en la Región del Maule, destacó la efectividad de las medidas adoptadas. "Me ha tocado acompañar a las patrulla. Eso sí, no porque bajan las temperaturas baja el riesgo de incendio, hay que mantenerse preocupados, controlar, fiscalizar y continuar cuidándonos porque todos los días hay incendios", sostuvo.

Asimismo, el director de Senapred, Carlos Bernales, informó que la Mesa Técnica analizó dos aristas, el calor extremo y riesgo para la salud de las personas y los incendios forestales. "Todos los orga-nismos técnicos que tienen que intervenir ante estos dos eventos, dieron sus aportes, lecciones aprendidas, porque siempre es bueno estar evaluándose. Destacamos que en la región tenemos muy buena coordinación, no hay que bajar la guardia", finalizó.





A un costado de la Parroquia del Niño Jesús, Monumento Histórico Nacional

Vandalizan y destrozan estatua del Niño de la Espina en Villa Alegre

Consternación e indignación existe en la comunidad villalegrina, luego de que esta mañana quedara al descubierto la destrucción por completo de la icónica estatua del Niño de la Espina, ubicada desde hace décadas en el antejardín de la Casa Parroquial local, contigua al Monumento Histórico Nacional Parroquia del Niño Jesús.

Según fuente ligada a la administración de la parroquia, la acción vandálica se registró durante la madrugada de este miércoles, destrozando de cuajo la imagen, tras lo cual se dio aviso a Carabineros con el fin de iniciar una investigación que determine a el o a los responsables, junto con el móvil que derivó en tan deleznable hecho. Cabe indicar que en dicha zona no hay cámaras de seguridad.

Villa Alegre tiene cerca de 17 mil habitantes y su comunidad se caracteriza por un férreo apego a la iglesia católica, asistiendo periódicamente a las distintas misas efectuadas en la Parroquia del Niño Jesús y en cuyo trayecto destacaba la imagen del Niño de la Espina, parada obligada para los turistas que fotografiaban e inmortalizaban esta obra de arte.

El original del Niño de la espina corresponde a una estatua que data alrededor del siglo I a. C. exhibida en Museos Capitolinos de Roma, existiendo posteriormente en varias versiones y en distintas partes del mundo. En el Renacimiento fue una de las estatuas más admiradas y copiadas, naciendo la leyenda del pastorcillo romano Cneo Marcio, encargado de entregar un importante mensaje para el Senado y quien corrió un largo trayecto ignorando la espina en su pie izquierdo, hasta que no cumplió su misión.



issuu-downloader.com

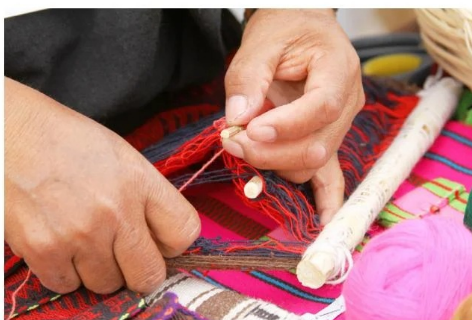
Seremi de las Culturas del Maule invita a postular a la Línea de Circulación Nacional e Internacional de Fondart

La convocatoria está dirigida a artistas y gestores que deseen exhibir sus obras o contenidos en eventos nacionales e internacionales. Postulaciones hasta el 4 de marzo.

Abierta se encuentra la postulación a la Línea de Circulación Nacional e Internacional Fondart Nacional 2025 – segundo periodo, que el Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio pone a disposición de creadores, artistas y gestores. Financia total o parcialmente proyectos de circulación presencial para la exhibición de obras y/o contenidos ya producidos, en las disciplinas de arquitectura, artes de la visualidad, artesanía, diseño, folclor e interdisciplinas.

La invitación la hizo el seremi de las Culturas del Maule, Franco Hormazábal, quien explicó que este segundo periodo está dirigido a proyectos que inicien sus actividades entre el 2 de junio y el 31 de diciembre de 2025. El plazo para postular vence el martes 4 de marzo de 2025 a las 15:00 horas.

"Esta Línea de Circulación del Fondart Nacional es clave para fortalecer la visibilidad del talento maulino, permitiendo a nuestros creadores y gestores llevar su trabajo a escenarios nacionales e internacionales, además de ampliar sus redes artísticas. Invito a las y los creadores de la región a conocer y acceder a esta fuente de financiamiento", manifestó.



Iniciativas

La actual convocatoria permitirá a artistas y gestores participar en eventos de exhibición, venta de obras y/o presentación de contenidos -en calidad de invitados- en encuentros, muestras, congresos, laboratorios, residencias artísticas, festivales y ferias tanto artesanales como expositivas de temáticas vinculadas a las disciplinas. Estas instancias presenciales pueden llevarse a cabo tanto en Chile como en el extranjero.

Las disciplinas artísticas consideradas en esta línea son: arquitectura, diseño, artesanía, folclor, artes de la visualidad (artes visuales, fotografía y nuevos medios). Por tanto, las postulaciones están referidas únicamente a las disciplinas financiadas por Fondart y son distintas a las artes escénicas, música, audiovisual, patrimonio y libro.



Las bases y formularios de postulación se encuentran disponibles en www.fondosdecultura.cl. Se deberá escoger una única modalidad dentro de los siguientes grupos: Grupo A, artes de la visualidad (artes visuales, fotografía y nuevos medios); Grupo B, diseño, arquitectura, artesanía y folclor; y Grupo C, interdisciplinas (combinación de las disciplinas anteriores y gestión cultural propia de ellas).

Inicio de etapa escolar: Recomendaciones para enfrentar este nuevo desafío

Marzo es el mes en que miles de niños ingresan por primera vez al colegio, proceso en el que el acompañamiento de los padres es esencial para que lo vivan con confianza y entusiasmo.

Ingresar al colegio marca una nueva fase en la vida de todas las personas. Al iniciar la etapa escolar, los niños y niñas se ven enfrentados a grandes desafíos, proceso en el que es clave el apoyo y tutela de los padres. Entre ellos se encuentran los cambios en sus rutinas, como la adaptación a nuevos horarios y actividades.

También se ven enfrentados a un proceso de socialización, donde deben aprender a interactuar con otros niños, compartir materiales y respetar normas de convivencia. Además, este período conlleva el desarrollo de la autonomía, lo que implica que los estudiantes sean capaces de realizar tareas como organizar sus útiles, seguir instrucciones y hacerse responsables de pequeñas actividades cotidianas.

"Otro aspecto relevante en este proceso es el manejo de las emociones. Los niños y niñas deben aprender a lidiar con la ansiedad que genera separarse de su familia durante el periodo de clases, la frustración que puede sentirse al afrontar nuevos desafíos escolares, etc.", señala Romina Narváez, doctora en Ciencias de la Educación y académica de la Universidad Autónoma.

Agrega que el inicio de la escolarización conlleva el aprendizaje de nuevos contenidos y el desarrollo de habilidades cognitivas, como nociones básicas de matemáticas, inicio del proceso de lecto escritura, con la identificación de vocales y algunas consonantes, desarrollo de la motricidad fina, etc.

"En este contexto, es importante que, tanto el establecimiento como las familias, acompañen a los niños y niñas en este proceso en un entorno que les entregue seguridad, fomentando así su confianza para enfrentar esta etapa con éxito", sostiene la Narváez.

Apoyo familiar

En este nuevo camino, las familias cumplen un rol fundamental. Los padres, tutores o cuidadores de los niños deben promover que este gran paso para ellos sea positivo.

El apoyo familiar es un factor crucial que impacta directamente el aprendizaje y rendimiento académico del estudiante. Una adecuada organización en el hogar puede, por ejemplo, prevenir la ansiedad o el estrés asociados al inicio de la etapa escolar

Es recomendable que las familias -detalla la académica de la U. Autónoma- hablen con los niños sobre los cambios que vienen y realicen rutinas similares a las del colegio. Por ejemplo, pueden habilitar un espacio en casa para realizar actividades como colorear, jugar o completar pequeñas tareas.

"No menos relevante es generar un ambiente de seguridad y confianza. Esto incluye establecer metas realistas y personalizadas para cada niño, evitando caer en comparaciones con otros estudiantes. Asimismo, las familias deben reforzar el cumplimiento de las normas de convivencia que se promueven en la escuela y fomentar la creación de vínculos positivos con compañeros y docentes, lo que facilitará una transición escolar más amigable para ellos", indica.

Entre las recomendaciones más relevantes para los padres que tienen hijos que entrarán este año al colegio Romina Narváez destaca:

- Implementar horarios consistentes para dormir, comer y realizar actividades, facilitando la transición a la rutina escolar
- Enseñar a realizar tareas simples como ordenar sus materiales, vestirse y expresar sus necesidades
- Dar espacios para que puedan jugar con otros niños, lo que les ayudará a compartir, resolver conflictos, etc.
- Realizar en casa actividades como lectura de cuentos, pintar imágenes, etc.
- Establecer redes de apoyo con otras familias puede ayudar a compartir experiencias y fortalecer el acompañamiento durante esta etapa.



issuu-downloader.com

En el aniversario de Vichuquén: el gobernador Pedro Pablo Álvarez-Salamanca encabezó la entrega de subsidios a 160 emprendedores

Con el objetivo de fortalecer la economía, el patrimonio y el trabajo local de los artesanos de la comuna, los beneficiados recibieron bonificaciones de hasta 700 mil pesos.

En el aniversario N° 440 del pueblo de Vichuquén, el gobernador regional Pedro Pablo Álvarez-Salamanca participó de la ceremonia de conmemoración que se realizó en la Plaza de Armas, junto al alcalde Patricio Rivera, el consejero Román Pavez y concejales de la comuna. En dicha instancia se llevó a cabo la entrega de subsidios del programa "Transferencia para el Fortalecimiento del Emprendimiento y la Artesanía de Vichuquén", cuya iniciativa está financiada por el Gobierno Regional del Maule.

En palabras de la máxima autoridad regional, destacó que "el emprendimiento es fundamental para el desarrollo de la región y eso va a ser una prioridad en nuestra gestión. También hay que felicitar al pueblo de Vichuquén, porque cumple 440 años y estamos muy contentos de poder participar en este aniversario, donde muchas personas han hecho un aporte importante al crecimiento de esta localidad".



El programa busca entregar herramientas de financiamiento y capacitaciones a 80 emprendedores y 80 artesanos para aumentar su competitividad y visibilidad en actividades económicas, patrimoniales y artísticas, que les permitan fortalecer sus habilidades empresariales y comerciales para mejorar sus ingresos. En ese sentido, el edil de la comuna afirmó que "para nosotros es muy importante, porque se da cumplimiento a un compromiso que no se había cumplido completamente. El gobernador, dentro de sus primeras acciones como autoridad, pudo entregarnos estos recursos para llegar con este bono de reactivación de $500 mil para nuestros emprendedores y $700 mil para nuestros artesanos".

Una de las beneficiadas fue Blanca Martínez, emprendedora de la localidad de Llico, quien elabora productos saludables hace más de seis años. Mencionó que, gracias a las capacitaciones, el bono y su constancia, ha logrado potenciar sus ventas a nivel local, nacional, e incluso enviar su trabajo a República Dominicana y próximamente a China. "Esta es una gran puerta que se le abre a todos los emprendedores de la comuna, porque traer las capacitaciones es una herramienta que no tiene precio. Se agradece enormemente y ojalá que el Gobierno Regional siga invirtiendo y acercando los conocimientos para que nosotros, los emprendedores, podamos neutrinos de ellos".





El programa tuvo una inversión de $299.540 millones que, además cuenta con la producción de actividades de visibilización y comercialización para que los artesanos puedan vender sus productos, promoviendo el patrimonio y tradiciones culturales típicas, mediante tres ferias: Feria de Emprendimiento San Pedro en Llico; Feria de Emprendimiento del Lago y Feria de Emprendimiento de la Chilenidad en Vichuquén.

Material escolar con propósito: el refuerzo positivo como clave en el regreso a clases

El comienzo del año escolar es una oportunidad para fortalecer la confianza y motivación de los niños. Esta temporada, los productos escolares no solo cumplirán una función práctica, sino que también incorporarán diseños y mensajes inspiradores que refuerzan el aprendizaje, a través de un enfoque positivo.

Con el regreso a clases, la elección de los materiales escolares no solo responde a la funcionalidad, sino también a su impacto en la experiencia educativa de los niños. En línea con la importancia del refuerzo positivo, esta temporada escolar destacamos productos diseñados para motivar, incentivar el esfuerzo y fortalecer la confianza de los estudiantes.

El refuerzo positivo ha demostrado ser una herramienta clave en la educación, ayudando a los niños a desarrollar autoestima, perseverancia y entusiasmo por el aprendizaje. En este contexto, los materiales escolares pueden ser un gran aliado, incorporando mensajes motivadores y dinámicas que premian el esfuerzo y la creatividad.

Desde stickers con frases alentadoras hasta cuadernos y lápices con diseños inspiradores, estos productos no solo cumplen su función tradicional, sino que también contribuyen a generar un entorno escolar más positivo y enriquecedor. Cada herramienta se convierte en un recordatorio de que el aprendizaje es un proceso donde cada logro, por pequeño que sea, merece ser celebrado.



issuu-downloader.com

A tres meses de su próxima entrada en vigencia: MTT lanza minisitio de preguntas frecuentes por grabado de patentes

A partir del 15 de mayo del 2024, la inscripción de la matrícula en vidrios y espejos será obligatoria, tras el fin de la marcha blanca de un año. Para facilitar este proceso, desde la cartera se generó una web con aspectos claves a tener cuenta, especialmente para quienes aún no lo han realizado.

A través del minisitio "Todo lo que debes saber sobre el grabado de patentes", el Ministerio de Transportes y Telecomunicaciones (MTT) inició oficialmente la cuenta regresiva de la entrada en vigencia de la obligatoriedad de la inscripción de la matrícula de los vehículos en vidrios y espejos.

Lo anterior, en vista a que desde el día 15 de mayo del presente año, esta medida será exigida tanto en controles o fiscalizaciones, como también, en la revisión técnica. Vale decir, quienes aún no han realizado el grabado, disponen de 3 meses para realizar este trámite.

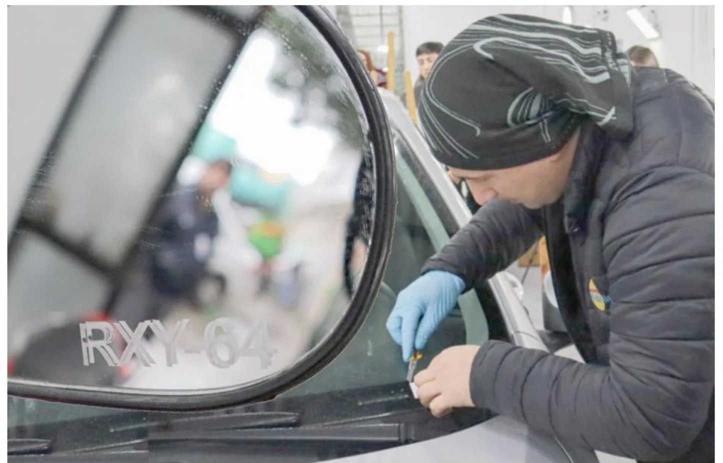
Por lo mismo, y con el fin de responder consultas que puedan quedar de la medida -que nació con la promulgación de Ley 21.601, cuyo fin es contribuir a reducir el robo de piezas de automóviles-, la cartera lanzó un minisitio con las preguntas más frecuentes recibidas en sus diferentes canales.

Así, por ejemplo, aquella persona que no ha realizado el grabado, podrá conocer aspectos como el tamaño o tipografía exigida, multas o sanciones a las que se podría exponer. O bien, si ya puede exigir la inscripción de su patente en vehículos nuevos.

"Si bien la norma entregó un plazo de un año para que los dueños de vehículos puedan grabar sus placas patentes en vidrios y espejos, es importante reforzar el mensaje que esta medida es obligatoria, y que su fin es justamente apostar a mayor seguridad en nuestras calles. Nuestra idea jamás es multar, sino que, al contrario, lo que queremos es que las personas no dejen a último minuto este trámite", indicó el ministro de Transportes y Telecomunicaciones, Juan Carlos Muñoz.

Cabe señalar que la guía de preguntas frecuentes estará disponible de forma permanente en la web del MTT, siempre buscando colaborar en el cumplimiento de la medida.





Encuentro de arte y artesanía en la Casa de la Cultura de Pelluhue

Ayer, en la Casa de la Cultura "Carmen García Salamanca", vivimos una jornada llena de talento y creatividad con el lanzamiento de la exposición "Fuera de Temporada" del destacado pintor Cristián Orellana Fredes.

La velada no solo estuvo marcada por el arte visual, sino también por la música en vivo de Cigar Blues, banda liderada por el propio Orellana, que hizo vibrar a los asistentes con su inconfundible estilo.

"Fuera de Temporada" es una propuesta que explora la obsolescencia en la vida rural, mostrando de manera innovadora cómo la modernidad transforma objetos y costumbres tradicionales. Con un tratamiento artístico que fusiona lo expresivo del boceto, la precisión del trazo figurativo y la abstracción del color, Orellana reflexiona sobre el cambio constante en el entorno del trabajo, la industria y la agricultura, honrando la memoria del campo.

La muestra permanecerá abierta al público hasta fin de mes, de 9:00 a 18:00 horas.

Agradecemos a todos quienes se sumaron a esta experiencia cultural y los invitamos a seguir apoyando el arte en la comuna de Pelluhue.





issuu-downloader.com

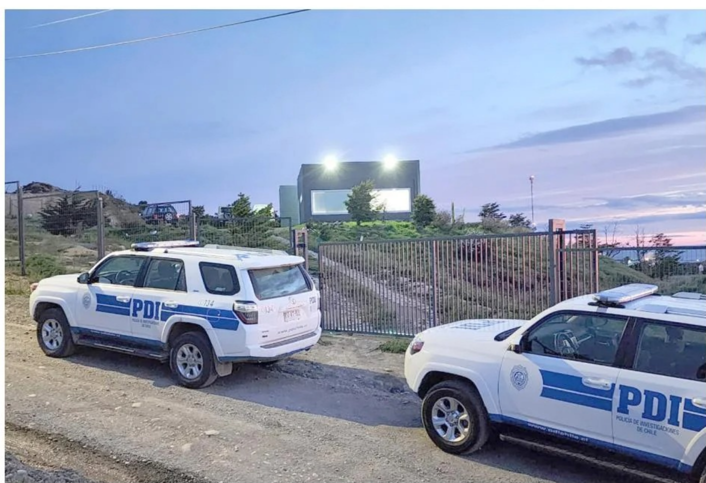
Investigan robo con violencia que sufrió camionero en San Javier

Oficiales de turno de la Brigada Investigadora de Robos, BIRO de la PDI de Linares, concurrieron en virtud de la instrucción del Ministerio Público hasta la localidad de San Javier, específicamente al exceso principal que conecta con la Ruta 5 Sur por el delito robo con violencia, lugar donde permanecía una víctima a bordo de su camión.

Los antecedentes que se manejan hasta ahora, señalan que fue abordada por dos sujetos desconocidos, quienes luego de forcejear le propinan un impacto balístico en uno de sus hombros, procediendo a sustraerle el camión en el que se movilizaba, además del dinero que portaba, escapando posteriormente del lugar.

El trabajo de sitio del suceso permitió la recolección de evidencia importante a la investigación, además se trabaja en el análisis de cámaras de seguridad, diligencias que en su detalle y por el éxito de investigación serán informadas directamente a las instancias judiciales respectivas.

En cuanto a la víctima, esta permanece internada en el hospital regional de Talca, con diagnóstico reservado.



En Talca: Carabineros detuvo a tres sujetos por estafa por Marketplace

Quienes mantenían prontuario policial por diferentes delitos y, por instrucción del Fiscal a cargo, fueron puestos a disposición de la justicia

Marketplace es un sitio web que permite a los vendedores ofrecer productos y servicios a los compradores interesados en dicho tema en particular; siendo un espacio virtual que cumple el rol de intermediario entre ambos, en el que se pueden encontrar muchos productos de interés. Es en este contexto, el día viernes 14 de febrero una mujer de Talca que vendía por medio de este medio virtual miel, es contactada por un comprador, quien necesitaba 638 kilos de miel, siendo equivalente a 2 millones 389 mil 400 pesos, los que fueron retirados en su domicilio en la Capital Maulina, los que fueron pagados con cheques y rebotaron, ya que no mantenían fondos, de lo cual se percata este martes y, además los mismos compradores de miel le solicitaron 500 kilos más de ella,

Por ello, la vendedora de miel efectuó una denuncia por el delito de Estafa en la Tenencia de Carabineros "La Florida" y con la cooperación de Personal de Carabineros de la Sección de Investigación Policial (SIP) de la 3era.Comisaría de Talca, basados en estrategias en búsqueda de los delincuentes, lograron la detención de tres sujetos responsables del hecho mencionado; precisamente en horas de la tarde de este martes, en la localidad de Sarmiento, Curicó.

Los sujetos detenidos se identificaron con las iniciales I.M.N.A de 26 años, C.G.Q.S de 42 años y A.E.M.H de 21 años, todos chilenos y con prontuario policial por diferentes delitos; quienes, por instrucción del Fiscal a cargo, fueron puestos a disposición de la justicia para continuar con las respectivas investigaciones de lo sucedido y, verificar su posible participación en otros hechos similares en la zona.

Como autor de los delitos de violación y violación reiterada, desaforado Diputado Pulgar enviado a prisión preventiva

"Aquí no se investigó a un diputado, se investigó a un imputado", afirma fiscal Héctor de la Fuente.

En una extensa audiencia, la fiscalía maulina presentó en detalle todos los antecedentes y pruebas reunidas para formalizar al parlamentario desaforado Francisco Pulgar, tras denuncia presentada en el año 2021 por hechos ocurridos en el año 2014 donde la víctima era menor de edad.

"La resolución del tribunal de garantía de Talca, pronunciándose en definitiva sobre las peticiones formuladas una vez formalizada la investigación, deja en claro dos cosas: que en este estadio procesal el tribunal ha dado por establecidos dos hechos graves por la connotación y circunstancias de comisión: un delito de violación simple y un segundo hecho de violación en carácter de reiterado. Con esos antecedentes, el tribunal ponderó y descartó una serie de elementos, entre los que hay que destacar que se descartó la eventual manipulación de carácter político que muchas veces se ha escuchado durante las secuelas de esta investigación. El tribunal decretó la medida cautelar de prisión preventiva respecto del imputado por dos elementos básicos: peligro para la seguridad de la sociedad y peligro para la seguridad de la víctima, la que encuentra en esta resolución un oído receptivo al clamor que ha estado generando desde el momento en que los hechos ocurren, que los plasma cuando hace la denuncia y que el Ministerio Público se abocó a su investigación de manera objetiva y transparente, sin importar quién es la persona investigada. Aquí no se investigó a un diputado, se investigó a un imputado. Comienza entonces hoy el proceso de investigación formalizada en un período de dos meses, en el cual tenemos que abocarnos a desarrollar y terminar aquellas diligencias que se soliciten y las que estén en curso", explica el fiscal regional subrogante, Héctor de la Fuente.

El fiscal José Luis González, especialista en delitos sexuales y a cargo de la formalización, precisó con detalle cada uno de los hechos que permitieron al tribunal acreditar la participación del imputado en este delito, cuya penalidad comienza en los 5 años y un día de cárcel efectiva. El parlamentario desaforado deberá permanecer 60 días en prisión preventiva en la cárcel de Cauquenes, tiempo fijado como plazo para el cierre de la investigación penal.



issuu-downloader.com

Escasez hídrica en Nirivilo:

220 familias recibirán agua por 15 días a la espera de una solución definitiva

El APR (agua potable rural) de Nirivilo no está siendo capaz de generar el agua suficiente para abastecer a 220 familias del sector. Ante la emergencia y en espera de una solución definitiva, esta mañana el Concejo municipal respaldó la propuesta municipal que permitirá la contratación de un camión algibe - 40 mil litros de Agua entregará diariamente - el cual por 15 días se mantendrá activo a la espera de una solución definitiva.



"Las napas subterráneas no dan abasto a la demanda,

Por eso contrataremos un camión adicional a los que mantenemos activos en la comuna, para que pueda entregar 40 mio litros de agua diariamente a 220 familia. El tema es delicado y como autoridad todo nuestro esfuerzo por mantener abastecidos a nuestros vecinos del sector. Eso si se

Debe evaluar que está pasando en Nirivilo y como se proyectará esto en el futuro, hay que buscar alguna solución de carácter definitivo" señaló el alcalde Jorge Silva al término del Concejo Municipal.



¿Cómo prepararse con tiempo para la maratón?

Correr una maratón es un desafío que pone a prueba tanto el cuerpo como la mente. Sin embargo, es fundamental prepararse con tiempo para enfrentar la Maratón de Santiago 2025, uno de los eventos deportivos más importantes del país y que este año se realizará el próximo 18 de mayo. Christian Gutiérrez, kinesiólogo y coach de ASICS Chile, entrega varios consejos para aquellos que competirán por los 42K.

. Establecer una base sólida de entrenamiento

Antes de enfrentar una maratón, es clave construir una base de resistencia aeróbica que te permita correr sin detenerte de acuerdo con tus capacidades. El tiempo de preparación previo dependerá de tu nivel de experiencia.

Si eres un debutante, es decir, si esta es la primera vez que corres 42K, la preparación debe comenzar con al menos 16 semanas de anticipación, período en el que deberás desarrollar una base aeróbica a partir de entrenamientos que fusionen las corridas cortas y rápidas con corridas largas (de entre dos y tres horas). Esto, para simular las condiciones de la carrera y ajustar detalles como la hidratación, la alimentación y el vestuario.

Asesoramiento profesional

Si no tienes acceso a un entrenador, es recomendable buscar información confiable en línea y consultar con corredores experimentados. Además, asegúrate de prestar atención a otros factores importantes, como el descanso, el sueño y la nutrición, ya que estos también juegan un papel crucial en tu rendimiento y recuperación.

. Calzado adecuado y rotación de zapatillas

El calzado es uno de los factores más importantes en la preparación para un maratón. Las zapatillas de running tienen una vida útil determinada, por lo que es recomendable rotar entre al menos dos o tres pares de zapatillas para evitar el desgaste excesivo y reducir el riesgo de lesiones. Esto permite que los músculos y tendones se recuperen de la sobrecarga del entrenamiento con cada cambio de calzado.

Asegúrate de elegir zapatillas con buena amortiguación y estabilidad para los entrenamientos largos. Para los corredores experimentados, las zapatillas con placa de carbono, como las ASICS Metaspeed Edge o las ASICS Metaspeed Sky, pueden ser una excelente alternativa.

. Prueba todo tu vestuario y accesorios

La elección del vestuario adecuado es crucial para evitar incomodidades durante la maratón. Cuando realices los entrenamientos de tiradas largas, asegúrate de probar la indumentaria que usarás el día de la carrera, incluyendo ropa técnica, calcetines, zapatillas y accesorios como viseras, lentes etc. Las mujeres deben prestar especial atención a la elección de sujetadores deportivos para evitar rozaduras, mientras que los hombres deben verificar que sus shorts o calzas no generen molestias.

. Hidratación y nutrición

La alimentación e hidratación juegan un papel clave en la preparación para el maratón. Es muy importante mantener el cuerpo hidratado con agua, isotónicos, bebidas con electrolitos, e incluso geles energéticos. También es importante probar el desayuno que consumirás antes de la maratón, para asegurarte de que tu cuerpo lo tolerará bien el día del evento.

No improvises el día de la carrera: todo lo relacionado con la nutrición y la hidratación debe ser testeado previamente en tus entrenamientos largos. Además, ten en cuenta la temperatura y la humedad durante tus entrenamientos, ya que esto puede influir en tus necesidades de hidratación.

. Simula las condiciones de la carrera

Si es posible, trata de entrenar en un circuito similar al de la maratón en lo que altimetría se refiere. Si vives en Santiago, lo ideal es replicar el mismo recorrido, pero si eres de regiones, busca rutas que imiten las condiciones de la carrera. Entrenar a la misma hora del día en que se llevará a cabo la maratón también es una buena estrategia para acostumbrar al cuerpo a la temperatura, la humedad y velocidad a la que correrás ese día.

Asimismo, familiarízate con el mapa del recorrido, ya que conocer el terreno te ayudará a estar más preparado mentalmente para afrontar los 42K.

• Establecer una base sólida de entrenamiento bajo la asesoría de un profesional, elegir el calzado adecuado sobre todo para los debutantes, probar el vestuario, nutrirse correctamente, y simular las condiciones de carrera son algunos de los consejos para alcanzar los 42K de mejor forma y sin riesgos.

. El "Tapering" y la visualización en el último mes

El último mes de preparación es crucial para llegar en las mejores condiciones a la maratón. El "tapering", o disminución progresiva de las cargas de entrenamiento, permite que el cuerpo descanse y se recupere. Durante este periodo, reduce el volumen de entrenamiento entre un 40% y un 60%, según las recomendaciones de tu entrenador. Además de esto, es importante trabajar la parte mental. La visualización es una herramienta poderosa: imagina cómo será el día de la carrera, desde la salida hasta la meta.



issuu-downloader.com